

Hand und Fuß

Das „Varibike FR3“ hat unseren Autor regelrecht begeistert. Die Kombination aus Hand- und Fußantrieb trainiert so ziemlich alle Muskelpartien. Im Handbetrieb (dabei sind die Hände an den Kurbeln statt am Lenker) ist das Fahren gewöhnungsbedürftig – die Neigungslenkung reagiert hier auf Körperbewegung. Der Aluminiumrahmen made in Germany ist solide verarbeitet, das Gesamtkonzept durchdacht. Kurzum: eine echte Innovation auf dem Radmarkt.



Von einem Sportwagen weit entfernt ist das „Varibike“ – auch wenn schon der Preis mit 5000 Euro quasi eine sportliche Herausforderung darstellt. Dafür bie-

tet das Fahrrad ganz eigene Betätigungsfelder: zum einen für die Arme, die kurbeln, während die Füße in die Pedale treten. Zum anderen für Menschen, die gern auffallen – denn wer hier mit allen Vieren am Rad dreht, dem sind ungläubige Passantenblicke garantiert.

Das Radeln mit Hand und Fuß ist in der Tat ungewöhnlich und bedarf einiger Übung. Und es strengt wahrlich an, wie die schweißtreibende Probefahrt bewies. Laut einer Studie der State University von New Mexico bringt der Fahrer bis zu 31 Prozent mehr Leistung auf die Räder als mit einem gewöhnlichen Bike – wenn er vollen Körpereinsatz bringt. Alternativ kann er auch nur die Beine oder Hände benutzen. Oder nur eine Hand. Oder alles zusammen. Da kann man schon mal durcheinander kommen, dafür fördert es die Koordination.

FOCUS 32/2015